पर्यावरण एवं आयुर्वेद ; एक नैतिक अध्ययन
(महर्षि चरक के विशेष सन्दर्भ में)

दर्शनशास्त्र विभाग (मानविकी संकाय) राँची विश्वविद्यालय में पीएच. डी. उपाधि हेतु प्रस्तुत शोध प्रस्ताव

2024

शोध निर्देशक

डॉ. अजय कुमार सिंह
सह प्राध्यापक, दर्शनशास्त्र विभाग
राँची विश्वविद्यालय, राँची

शोधार्थी

अभय कुमार
दर्शनशास्त्र विभाग
राँची विश्वविद्यालय, राँची

शोध शीर्षक : पर्यावरण एवं आयुर्वेद ; एक नैतिक अध्ययन

(महर्षि चरक के विशेष सन्दर्भ में)

विषय परिचय :

शोध शीर्षक के परिचय स्वरुप संक्षेप में कहा जा सकता है कि पर्यावरण और आयुर्वेद का संबंध प्राचीन काल से ही अत्यंत महत्वपूर्ण रहा है , आयुर्वेद आदि काल से ही मानव को प्रकृति के अनुकूल आचरण करने की प्रेरणा देता आया है , क्योंकि पर्यावरण और जीवन का सम्बन्ध इतना घनिष्ट और अपरिहार्य है कि उसके बिना मानव जीवन की कल्पना भी संभव नहीं है। जिसके कारण पर्यावरण एवं जीवन के बीच एक निश्चित संतुलन अनिवार्य माना गया है , जिसे बनाए रखने के लिए आयुर्वेद आदिकाल से अबतक अहम भूमिका निभा रहा है।

जैसा कि हम सभी को नाम से ही प्रतीत होता है कि आयुर्वेद अर्थात् एक वैकल्पिक चिकित्सा प्रणाली , जिसे संक्षेप में इस प्रकार समझा जा-सकता है "आयुर्वेद" संस्कृत के दो शब्दों 'आयुष+वेद’ से मिलकर बना है, 'आयुष' जिसका अर्थ आयु,उम्र व जीवन माना गया है तथा 'वेद' का अर्थ ज्ञान है, अतः इसका शाब्दिक अर्थ है ‘जीवन का ज्ञान' । जो विश्व की सबसे पुरानी चिकित्सा प्रणालियों में से एक है । इसकी शुरुआत लगभग 03 हजार वर्ष पूर्व भारत में ही हुई थी। इसके जनक भगवान धन्वन्तरि थे , जो देवताओं के वैध माने जाते हैं। ये स्वस्थ जीवन हेतु समाज में अपने नैतिक संदेशों से लोगों में बदलाव का प्रयास करते हैं। इनके अनुसार :-

“व्यक्ति को सौम्य स्वभाव का , उदार मन वाला , सत्यनिष्ठ और सभी प्राणियों का भला चाहने वाला होना चाहिए”

प्राचीन भारत अपने समृद्ध ज्ञान तथा विभिन्न क्षेत्रों में सफल योगदान के लिए जाना जाता है। इसी क्रम में आयुर्वेद से जुड़े कुछ प्रमुख विद्वान हैं : 1. श्री धन्वंतरि 2. महर्षि चरक 3.आचार्य सुश्रुत एवं 4. आचार्य वाग्भट्ट । किन्तु इनमें महर्षि चरक का विशेष योगदान माना जाता है।

महर्षि चरक और आयुर्वेद का सम्बन्ध इतना घनिष्ट है कि एक का स्मरण होने पर दूसरे का स्मरण अपने आप हो जाता है। इतना ही नहीं चरक केवल आयुर्वेद के ही ज्ञाता नहीं थे बल्कि आयुर्वेद के साथ - साथ अन्य कई शास्त्रों के भी ज्ञाता थे। उनका दर्शन एवं विचार सांख्य दर्शन एवं वैशेषिक दर्शन का प्रतिनिधित्व करता है। इन्होनें आरोग्यता को महान सुख कि संज्ञा दी है एवं कहा है कि आरोग्यता से बल, आयु, सुख, अर्थ, धर्म, काम एवं मोक्ष की प्राप्ति होती है।

यहाँ तक कि महर्षि चरक ने चरकसंहिता में स्वस्थ व सुगम जीवन हेतु जीवनशैली के बारे में विभिन्न प्रकार से मार्गदर्शन किया है तथा इस बात का भी उल्लेख किया है कि प्राचीन भारत के लोगों की भोजन संबंधी आदतें और पसंद अलग -अलग क्षेत्रो में वहां कि पर्यावरणीय स्थिति के अनुरूप संतुलन बनाये रखती थी। जैसे - प्राच्य देश के लोग मत्स्य (मछली) पसंद करते थे, सिंधु देश के लोग दूध पसंद करते थे, दक्षिण देश के लोग पेय पसंद करते थे, जबकि उत्तर और पश्चिम के लोग चावल पसंद करते थे, मध्य देश (मध्य भारत) के लोग जौ, गेहूं और दूध की बनी वस्तुएं पसंद करते थे जो कि पर्यावरण के साथ मानव स्वास्थ्य का एक संतुलित चक्र दर्शाती है। इसके पश्चात् यदि औषधि की भी आवश्यकता हुई तो भिन्न - भिन्न प्रकार की जड़ी - बूटी का संग्रह मिलता रहा। जिससे आयुर्वेद ने विभिन्न रोगों के निदान का वर्णन किया है। जिनका नियमित प्रयोग करने से विभिन्न घातक संक्रमण व रोगों से बचाव होता है। जैसे - नीम की कोमल पत्तियों का रस, शहद के साथ प्रयोग करने से विषाणुजन्य रोगों से प्रतिरक्षण होता है, तुलसी और कालीमिर्च का दैनिक प्रयोग से गले के विभिन्न संक्रमण से बचाव होता है। इसी प्रकार पर्यावरण में कई सारी गुणकारी वस्तुएं उपलब्ध है जो कि मानव स्वास्थ्य के लिए काफी लाभप्रद है। उदाहरण के लिए आँवला, तुलसी, नीम, लवंग, जायफल, मजीठा, एलोविरा इत्यादि।

इससे औषधि प्राप्ति के साथ पर्यावरण के तापमान आदि को भी संतुलित रखा जा- सकता है साथ ही दिनचर्या, ऋतुचर्या, सदाचार, स्वास्थ्य संरक्षण के नियम, आहार-विहार के नियम आदि मानव स्वास्थ्य और पर्यावरण में संतुलन बनाती है। इस प्रकार पर्यावरण की समस्या के समाधान हेतु आयुर्वेद सहयोगी सिद्ध हो सकती है, जैसा कि हम सभी पाते है कि

वर्तमान समय में तीव्र गति से फैल रहें वायुमंडलीय तापमान, जलीय प्रदूषण, वृक्षों की कटाई ने न केवल देश के अपितु समस्त विश्व के सार्वजनिक स्वास्थ्य को काफी प्रभावित किया है। जिसके फलस्वरूप अनेक प्रकार कि नई - नई व्याधियां पैदा हुई है। इस समस्या ने देश - विदेश के पर्यावरणविदों , सामाजिक समस्याओं से जुड़े हुए बुद्धिजीवियों , वैज्ञानिकों , राजनीतिज्ञों एवं अर्थशास्त्रियों का ध्यान आकृष्ट किया है।

इसी प्रकार उन्होंने माना है कि नैतिकता सभी धर्मो और दर्शनों का सार है , क्योंकि यह उन लोगों के अभ्यास का अध्ययन कराती है जो आचरण को अच्छा बनाते हैं। आयुर्वेद जीवन के नैतिक तरीकों पर पर्याप्त रूप से प्रकाश डालता है जिससे व्यक्ति दुखी या बीमार न हो और उसे खुशी मिले।

इसी संदर्भ में आयुर्वेद के विश्वप्रसिद्ध ग्रन्थ चरकसंहिता है , जिसके ग्रंथकर्ता अग्निवेश और प्रतिसंस्कारक महर्षि चरक माने जाते हैं । चरकसंहिता संस्कृत भाषा में है। इस भाषा में प्राचीन कालीन चिकित्सा शास्त्र की पर्याप्त जानकारी मिलती है। जिसमें मानव स्वास्थ्य हेतु पर्यावरणीय व्यवस्था द्वारा चिकित्सा साधन एवं स्वस्थ परिवेश का मार्गदर्शन किया गया है। जिसे आयुर्वेद का सार भी माना जा सकता है।

अनुसंधान का विषय:

प्रस्तुत शोध का विषय “पर्यावरण एवं आयुर्वेद ; एक नैतिक अध्ययन जो महर्षि चरक के विशेष सन्दर्भ में” है। चरक एक महर्षि एवं आयुर्वेद विशारद के रूप में विख्यात हैं । इनका जन्म लगभग 300 ई.पू. हुआ था। वे चिकित्सा ग्रंथ चरकसंहिता के प्रतिपादक थे। चरक प्राचीन भारतीय समाज और चिकित्सा पद्धति का एक महत्वपूर्ण और सम्मानित हिस्सा थे। उन्होंने नैतिक आदर्शों का सदैव पालन किया तथा समाज में सुगम जीवन हेतु कई सन्देश दिए जो संक्षेप में इस प्रकार हैं :

॥ नैतिक संदेश ॥

- तुम्हें नशा नहीं करना चाहिए, बुरे काम नहीं करने चाहिए, या बुरे लोगों की संगति नहीं करनी चाहिए।
- आपको बीमारों के स्वास्थ्य के लिए पूरी आत्मा से प्रयास करना चाहिए।

- आपकी आवाज़ का लहज़ा अच्छा होना चाहिए और आपको हमेशा चौकन्ने रहने चाहिए, तथा अपने ज्ञान को बढ़ाने के लिए हमेशा प्रयासरत रहना चाहिए।
- आपको अपने मरीजों के साथ विश्वासघात नहीं करना चाहिए, भले ही इसका मतलब आपकी जान को जोखिम में डालना हो ।
- बीमार व्यक्ति के घर में घटित होने वाली कोई भी बात बाहर साझा नहीं की जानी चाहिए, न ही रोगी की स्थिति किसी ऐसे व्यक्ति को बताई जानी चाहिए, जिससे पीड़ित या किसी अन्य को नुकसान हो।
- जब आप किसी रोगी के घर जाएँ , तो आपको अपने शब्द, मन, बुद्धि और इंद्रियों को केवल अपने रोगी और उसकी चिकित्सा के लिए ही समर्पित करना चाहिए।
- स्वस्थ व सुगम जीवन के लिए पेड़-पौधों की कटाई पर रोक अनिवार्य है अतएव पर्यावरण संरक्षण निरोग काया का आधार है।

महर्षि चरक के ये नैतिक विचार वैश्विक है और आज भी उतनी ही महत्वपूर्ण और उपयुक्त है जितनी पहले थी।

चरक के विचारों के अनुसार स्वास्थ्य और बीमारी पूर्व निर्धारित नहीं है किन्तु जीवनशैली में मानव के उत्तम दिनचर्या और ध्यान , जीवन को सुखद और लंबी आयु कर सकती है । भारतीय परंपरा और आयुर्वेदिक प्रणाली के अनुसार सभी प्रकार के बिमारियों के रोकथाम , उपचार से अधिक महत्वपूर्ण हैं , जिसमें प्रकृति की लय एवं मौसम के अनुरूप जीवनशैली का पुनर्गठन शामिल है । जो समग्र स्वस्थ वातावरण सुनिश्चित करता है जिसे ऋतुओं के अनुसार स्वच्छ , प्रदूषण रहित पर्यावरण के द्वारा संभव बना सकते हैं । इसके तहत माना जाता है कि आयुर्वेद "शरीर , मन , आत्मा और पर्यावरण" के बीच संतुलन के लिए जीवनशैली में कुछ हस्तक्षेप करती है और प्राकृतिक संसाधनों को बढ़ावा देती है , जिससे प्राकृतिक उपचारों के प्रति लोगों का विश्वास दिन-प्रतिदिन बढ़ता जाये तथा समाज में सुगम जीवनशैली का परिवेश बने । इन्होंने समाज में मानव स्वास्थ्य हेतु अपने विभिन्न प्रयत्नों पर चर्चा की है ।

इनकी प्रतिपादित ग्रंथ चरकसंहिता जो केवल प्राचीन भारतीय चिकित्सा प्रणाली की दृष्टि से ही महत्वपूर्ण नहीं है बल्कि इसमें भारत के तत्कालीन समाज के आर्थिक , सामाजिक

और पर्यावरण संबंधी विशेषताओं का भी वर्णन है। महर्षि चरक ने भारतीय चिकित्सा प्रणाली में अंतःनिहित तर्क और दर्शन सहित चिकित्सा के सभी भागों का अध्ययन कर अपने विचार प्रस्तुत किये हैं। उन्होंने बीमारी के निदान पर विशेष ध्यान केंद्रित किया और आयुर्वेद को स्वास्थ्य चिकित्सा प्रणाली का एक अनिवार्य अंग माना, जो निदानात्मक और उपचारात्मक दोनों तत्वों को संबोधित करती है। जिसमें पेड़ - पौधे , वृक्षों , झीलों , नदियों , पहाड़ , पर्वत एवं विभिन्न प्रकार की जड़ी - बूटियों एवं औषधियों के प्राप्ति स्थल एवं उनके उपयोग की विधि तथा उनसे होने वाले लाभों की विस्तृत चर्चा की गई है। जो कि पर्यावरण एवं स्वास्थ्य की दृष्टि से काफी उपयोगी सिद्ध होती है।

किन्तु वर्तमान समय में तीव्र गति से बढ़ रहे वायुमंडलीय तापमान एवं विभिन्न प्रकार के प्रदूषणों के कारण सम्पूर्ण जन जीवन अनेक प्रकार की विकट परिस्थितियों से घिरा हुआ है। इसी प्रकार यदि धीरे- धीरे हमारी वनसम्पदा और अनेक प्रकार कि बहुमूल्य वनस्पतियों एवं उनकी जातियाँ नष्ट या लुप्त होती गई तो संपूर्ण आयुर्वेद लड़खड़ा जाएगा। वनों में उगने वाले पेड़ - पौधों एवं वनस्पतियों का सीधा सम्बन्ध एक तरफ पर्यावरण संरक्षण तथा प्रकृति संतुलन से है तो दूसरी तरफ आयुर्वेद से है। वर्तमान युग में आयुर्वेद चिकित्सा भारत सहित सम्पूर्ण विश्व में प्रचलित हो रही है। जो स्वास्थ्य के लिए एक आवश्यक अंग है एवं प्रकृति का अभिन्न हिस्सा है।

<u>अनुसन्धान की समस्या</u> :

पर्यावरण एवं आयुर्वेद के अनुसंधान में कई समस्याएँ आती है , जो कि समाज के प्रत्येक वर्ग को प्रभावित करती है। विशेषकर वृद्ध , शिशु व बीमार लोगों को , जो संक्षिप्त रूप से निम्नांकित बिंदुओं द्वारा दर्शाया गया है :-

i. <u>प्रदूषण की समस्या</u> : पर्यावरण एवं आयुर्वेद के अनुसंधान में एक महत्वपूर्ण समस्या यह है कि प्रकृति में भिन्न - भिन्न रूपों में प्रत्येक क्षेत्र में प्रदूषण पूरी तरह से व्याप्त है। प्रदूषण का अर्थ विशेष रूप से वायु , जल , मिट्टी आदि का दूषित होना माना जाता है। जिसके कारण न समय पर वर्षा होती है , न सर्दी , न गर्मी का चक्र ठीक चलता है। इसी प्रकार वायुमंडलीय तापमान का काफी बढ़ना

एवं घटना , सूखा , बाढ़ , ओला आदि प्राकृतिक प्रकोपों का कारण भी प्रदूषण है। जिसे बढ़ाने में कल - कारखाने , वैज्ञानिक संसाधनों का अधिक उपयोग , फ्रिज , कूलर , वातानुकूलन , ऊर्जा सयंत्र आदि मुख्य रूप से दोषी हैं।

ii. शिक्षा का अभाव : पर्यावरण एवं आयुर्वेद के अनुसंधान की समस्या का एक मुख्य कारण शिक्षा का अभाव भी है , क्योंकि सामाजिक परिवेश में शिक्षा की कमी के कारण लोग आवश्यक पेड़ - पौधों की भी कटाई कर देते हैं , जिससे विभिन्न प्रकार की औषिधियों का नुकसान होता है। साथ ही दूषित पर्यावरण में बिमारियों के साथ जीवन जीने के लिए लोग विवश रहते हैं तथा जानकारी के अभाव में आयुर्वेद के लाभों से वंचित रह-जाते हैं।

iii. आर्थिक समस्याएं : समाज में कई ऐसे भी समुदाय के लोग हैं जो कि अपनी आर्थिक तंगी के कारण वृक्षों को काटते हैं तथा उसकी लकड़ियों की बिक्री कर अपना जीवन यापन करते हैं। जिसके कारण भी पर्यावरण कि स्थिति दिन - प्रतिदिन दयनीय होती चली जा रही है। जिसका दुष्प्रभाव सम्पूर्ण स्वास्थ्य प्रणाली पर दिखाई पड़ता है।

iv. नगरों का आधुनिकीकरण : नगरों का आधुनिकीकरण के कारण एक ओर जीवनशैली में काफी प्रगति हुई , लोग मशीन की सहायता से कम समय में अधिक कार्यों का निष्पादन कर पाते हैं। वहीँ दूसरी ओर कल - कारखानें , बहुमंजिले इमारतों , अत्यधिक संख्या में वाहनों , फ्रिज , ए.सी. , तथा विभिन्न प्रकार के मशीनों के प्रयोग के कारण नगरों से प्रायः वृक्षों की कटाई निरंतर जारी है। जिससे ध्वनि प्रदूषण , वायु प्रदूषण , जल प्रदूषण , मृदा प्रदूषण , इत्यादि जो समाज में विभिन्न प्रकार की बिमारियों के फैलने का एक प्रमुख कारण हैं। इसके साथ ही वृक्षों की कटाई से कई आयुर्वेदिक औषधियुक्त पेड़ - पौधे भी नष्ट हो रहे हैं। जो मानव जीवन के लिए एक विकट समस्या है। जिसके निदान हेतु समाज में प्रत्येक वर्ग को गंभीरता से सोचना चाहिए जो कि उनकी नैतिक जिम्मेदारी भी बनती हैं।

v. <u>अन्य चिकित्सकीय व्यवस्था पर निर्भरता</u> : हम पाते हैं कि वर्तमान समय मशीनरी युग का समय चल रहा है। जिसमें विभिन्न प्रकार कि रासायनिक तत्वों के मिश्रण से भिन्न - भिन्न रोगों के ईलाज हेतु औषधियों को तैयार कर किफायती दर पर बाजार में उपलब्ध कराया जाता है। जो सुगमता से लोगों के लिए उपलब्ध है तथा तत्काल लाभ भी देता है। जबकि दूसरी ओर शरीर पर इसका दुष्प्रभाव भी निश्चित है किन्तु तत्काल लाभ के कारण लोग इन औषधियों पर निर्भर होते जा रहे हैं। जिससे समाज में आयुर्वेद के जानकार एवं उपयोगकर्ता दोनों की कमी निरंतर जारी है। जो कि आयुर्वेद एवं पर्यावरण दोनों के लिए विकट समस्या है।

इस सन्दर्भ में समाज के प्रति महर्षि चरक के नैतिक विचार काफी लाभप्रद प्रतीत होते है जो सुगम जीवन हेतु पर्यावरण संरक्षण का सन्देश देते हैं, जिसमें परिवर्तन के लिए लोगों को सामूहिक पहल करना काफी आवश्यक है।

<u>अनुसंधान का उदेश्य एवं मुख्य बिंदु</u> :

उपरोक्त शोध शीर्षक (**पर्यावरण एवं आयुर्वेद ; एक नैतिक अध्ययन** जो महर्षि चरक के विशेष सन्दर्भ) के माध्यम से समाज में पर्यावरण के नुकसान के कारण आयुर्वेदिक गतिविधियों में अवरोध एवं मानव स्वास्थ्य पर इसके दुष्प्रभाव को काफी स्पष्ट रूप से प्रदर्शित किया गया है, साथ ही प्राचीन चिकित्सा प्रणाली जो की मानव के लिए जीवनरेखा के सामान है, उसे लोग जानकारी के अभाव में नित्य प्रतिदिन नष्ट करते जा रहें हैं, जिसका उन्हें शायद आभास भी नहीं है जो भविष्य के लिए एक घातक समस्या का रूप लेती जा रही है। अतएव स्वस्थ जीवन के लिए पर्यावरण का संरक्षण परम आवश्यक है जिससे लोगों में आयुर्वेद एवं पर्यावरण के लाभों की पर्याप्त जानकारी हो सके, तथा भविष्य में भी पर्यावरण और आयुर्वेद की उपयोगिता बनी रहे जिससे प्रदूषण मुक्त वातावरण में स्वस्थ जीवन, सुगमता से बनी रहे। इसके लिए महर्षि चरक के कुछ महत्वपूर्ण दृष्टिकोण थे जिसके प्रति संक्षेप में ध्यान आकृष्ट किया गया है जो निम्नलिखित हैं :-

i. <u>सामाजिक बदलाव</u> : सामाजिक बदलाव के माध्यम से उनका तात्पर्य है कि जबतक समाज के सभी वर्ग के लोगों में पर्यावरण संरक्षण एवं आयुर्वेद के लाभों को लेकर जागरूकता नहीं होगी तबतक प्रदूषण जैसी विकराल समस्या का निदान संभव नहीं है तथा एक स्वस्थ समाज की कल्पना करना भी काफी कठिन है। जो मनुष्य के शारीरिक , मानसिक , आर्थिक , नैतिक तथा प्रत्येक क्षेत्र के विकास में बड़ी बाधा है।

ii. <u>शिक्षा का महत्व</u> : इस शीर्षक के माध्यम से महर्षि ने सन्देश दिया है कि पर्यावरण और आयुर्वेद के सम्बन्ध में प्रारंभिक शिक्षा प्रणाली से ही शुरुआत होनी चाहिए जिससे लोगों में बचपन से ही प्रकृति , अपनी संस्कृति , पेड़ - पौधों तथा उनसे प्राप्त होने वाले औषिधियों इत्यादि कि जानकारी हो सके और पर्यावरण संरक्षण के प्रति किसी भी प्रकार कि उदासीन स्थिति नहीं रहे। इसके लिए शिक्षा व्यवस्था पर विशेष ध्यान आकृष्ट की जानी चाहिए।

iii. <u>धार्मिक एवं आर्थिक प्रगति</u> : इस शीर्षक के माध्यम से यह माना जाता है कि पर्यावरण संरक्षण हेतु कुछ वृक्षों का होना अत्यावश्यक है , जैसे - नीम , पीपल , बरगद , या फलदार वृक्ष जो विशाल भी होते हैं तथा अधिक ऑक्सीजन भी देते हैं । अतएव इन्हें धर्म से जोड़ने पर धार्मिक प्रगति भी होगी और लोग इसे सुरक्षित भी रखेंगे। जिससे फल , लकड़ी एवं औषिधि आदि के रूप में स्वास्थ्य लाभ के साथ-साथ आर्थिक प्रगति का भी मार्ग सुगम होगा।

इस प्रकार चरक ने अपने नैतिक विचारों से समाज में बदलाव की बात करते हैं जिससे की सामाजिक,आर्थिक,धार्मिक एवं शिक्षा के क्षेत्र में प्रगति की काफी संभावना बढ़ेगी । जो इस शोध के मुख्य उद्देश्यों में एक है।

<u>अनुसंधान की परिकल्पना</u> :

प्रस्तुत शोध में हम पाते है कि किस प्रकार पर्यावरण दिन - प्रतिदिन नुकसान की गर्त में चली जा रही है , जिसके कारण विभिन्न प्रकार के प्रदूषण अपना दुष्प्रभाव फैला रहा है ,

बीमारियां फैल रही है , लोगों को उचित उपचार संभव नहीं हो पा रही है। वृक्षों की कटाई के कारण उनसे प्राप्त होने वाले बहुमूल्य आयुर्वेदिक औषधियों का अभाव होता जा रहा है। यहाँ तक की प्राणदायक वायु (ऑक्सीजन) की भी कमी महसूस हो रही है। इन्हीं समस्याओ के निदान हेतु महर्षि चरक ने समाज में नैतिक मूल्यों का संदेश दिया है जिसमें लोगों से घृणा , ईर्ष्या , द्वेष , आलस्य , क्रोध आदि को मिटा कर सौहार्दयपूर्ण परिवेश का संचार कर समाज में ऐसी व्यवस्था लाने का प्रयास किया जाए, जिससे लोगों में जागरूकता आए जो विवेकपूर्ण हो, संतोषप्रद हो , लाभप्रद हो तथा स्वचछ पर्यावरण में स्वस्थ एवं श्रेष्ठ जीवन संभव हो।

<u>अनुसंधान का प्रारूप एवं अध्ययन पद्धत्ति</u> :

यह शोध कार्य सम्बंधित ग्रंथो पर आधारित होगा। इस शोध कार्य हेतु मुख्य रूप से पुस्तकावलोकन विधि की मदद ली जाएगी , साथ ही शोध के लिए विश्लेषणात्मक एवं अन्य चिकित्सा पद्धति से तुलना कर सामान्य निष्कर्षों की प्राप्ति का प्रयास किया जायेगा। यह शोध एक वास्तविक शोध होगा , किन्तु शोध के सैद्धांतिक पहलू के साथ - साथ इसके व्यवहारिक पहलू पर भी विचार किया जायेगा।

<u>अनुसंधान संबंधित तथ्य संकलन</u> :

इस शोध के तथ्य संकलन हेतु विभिन्न पुस्तकालयों का भ्रमण किया जायेगा और उन पुस्तकालयों में उपलब्ध आयुर्वेद से सम्बंधित ग्रंथों , पर्यावरण के नैतिक मूल्यों से सम्बंधित पुस्तकों का अध्ययन कर सामग्री एकत्रित की जाएगी। इस क्रम में शोध से सम्बंधित विचारकों एवं विद्वानों से संवाद किया जायेगा तथा उनके विचारोँ , लेखो आदि से सहायता ली - जाएगी।

<u>अनुसंधान संबंधित तथ्य का विश्लेषण</u> :

शोध शीर्षक (पर्यावरण एवं आयुर्वेद ; एक नैतिक अध्ययन) में महर्षि चरक के नैतिक विचारों का अध्ययन करते समय निम्नलिखित विश्लेषण करेंगे :-

i. <u>सामाजिक परिवर्तन का विश्लेषण</u> : इस अनुसंधान में महर्षि ने समाज में आयुर्वेद के माध्यम से लोगों में पर्यावरण के महत्व एवं इसके नैतिक मूल्यों का स्पष्ट स्वरुप बताने की कोशिश की है। जिससे कि स्वच्छ पर्यावरण एवं स्वस्थ जीवन का निर्माण हो , लोगों में नैतिक विचारो का विकास हो तथा निरोग जीवनशैली सभी के दिनचर्या में लागू हो , इसका मूल्यांकन किया जा - सकता है।

ii. <u>विचारोँ का विश्लेषण</u> : इस शोध का प्रमुख उद्देश्य महर्षि चरक के विचारों का विश्लेषण करना हो-सकता है। इसमें उनके लिखित कार्यों , विचारों , उपदेशों और पर्यावरणीय परिवर्तनों को ध्यान में रखकर आयुर्वेद से प्राप्त लाभों तथा पर्यावरण में इसकी आवश्यकताओं का विश्लेषण हो सकता है ।

iii. <u>उनके विचारों का संबंध सामाजिक संदेश से</u> : महर्षि चरक के विचारोँ का सामाजिक सन्देश कैसा था , इसका विश्लेषण करके , भविष्य में भी समाज को कैसे प्रेरित किया जा-सकता है , जिससे की लोगों में पर्यावरण के प्रति लगाव तथा आयुर्वेद की उपयोगिता का संतोषप्रद जानकारी संभव हो , इसे भी विशेष रूप से ध्यान में रखा जा सकता है।

<u>अनुसंधान विषय को वर्तमान में महत्व एवं प्रासंगिकता</u> :-

महर्षि चरक के आयुर्वेद संबंधी नैतिक विचारों का अध्ययन वर्तमान में काफी महत्वपूर्ण और प्रासंगिक है। यह विषय वर्तमान समय में स्वच्छ पर्यावरण , स्वस्थ जीवनशैली , निरोग काया, विचारों को नैतिक विकास इत्यादि मुद्दों पर प्रकाश डालने का एक महत्वपूर्ण तरीका है । इस संबंध में कुछ महत्वपूर्ण कारण इस प्रकार है :-

i. <u>पर्यावरण सरंक्षण का मुद्दा</u> : वर्तमान समय में भी विभिन्न स्तरों पर पर्यावरण संरक्षण का मुद्दा काफी महत्वपूर्ण है। इस संबंध में आयुर्वेद के विद्वानों एवं पर्यावरणविद के विचारों एवं उनकी सोच का अध्ययन करना , इस दिशा में काफी लाभप्रद हो सकता है।

ii. <u>सामाजिक परिवर्तन और समाज में बदलाव</u> : महर्षि चरक के विचार पर्यावरणीय परिवर्तन और समाज में बदलाव की बात करते है। वर्तमान समय में भी जल प्रदूषण, वायु प्रदूषण, ध्वनि प्रदूषण, मृदा प्रदूषण, वृक्षों की कटाई, पर्यावरण संरक्षण, उत्तम जीवनशैली इत्यादि मुद्दों पर ध्यान दिया जा रहा है।

iii. <u>पुराने और वर्तमान की तुलना</u> : इस अध्ययन से पुराने समय की सोच और वर्तमान समय के दृष्टिकोण को तुलना करके स्वास्थ्य एवं पर्यावरणीय स्थिति में हुए परिवर्तन को समझा जा सकता है तथा वर्तमान में भी इनका अध्ययन काफी महत्वपूर्ण है जो प्रदूषण रहित वातावरण के निर्माण में सहायक होगी एवं स्वस्थ समाज के निर्माण में सही दिशा निर्देश दे सकती है।

इस प्रकार चरक ने अपने नैतिक विचारों के माध्यम से समाज में सन्देश दिया है कि सुगम व स्वस्थ जीवन हेतु पर्यावरण संरक्षण तथा आयुर्वेद के प्रति लोगों का ज्ञान काफी आवश्यक है ।

<u>वर्तमान ज्ञान में अनुंसधान विषय का योगदान</u> :-

अभी तक के उपलब्ध ग्रंथो में पर्यावरण के प्रति लोगों के नैतिक विचारो का मूल्यांकन तथा निरोग शरीर हेतु आयुर्वेद के प्रति समर्पण को विस्तृत रूप से देखने को नहीं मिलता है। अतः मेरे शोध कार्य का यही महत्व है कि पाठको को विस्तृत रूप से आयुर्वेद एवं पर्यावरण संरक्षण के बारे में महर्षि चरक के नैतिक विचारों से संबंधित तथ्य पढ़ने को मिलेगा जो भविष्य में भी उनके लिए एवं समाज के लिए लाभप्रद सिद्ध होगी।

<u>अनुसंधान विषय पर भविष्य में कार्य होने की संभावना</u> :-

यह शोध विषय वर्तमान समय में इतना उपयोगी एवं सारगर्भित है कि इस विषय में शोध कार्य हमेशा ही महत्वपूर्ण रहेगा। यह शोध विषय वर्तमान ही नहीं बल्कि भविष्य में भी शोध कार्य होने की असीम संभावनाये रखता है , क्योकि समाज प्रत्यक्ष रूप से पर्यावरण एवं आयुर्वेद दोनों से ही प्रभावित होता है। जो स्वस्थ व श्रेष्ठ जीवन के लिए परम आवश्यक है।

****

संभावित अध्याय

भूमिका

प्रथम अध्याय : भारत में आयुर्वेद की अवधारणा एवं विकास ।

द्वितीय अध्याय : भारत में पर्यावरण संरक्षण संबंधी विचारों का अध्ययन।

तृतीय अध्याय : महर्षि चरक के आयुर्वेद संबंधी अवधारणाओं का अध्ययन ।

चतुर्थ अध्याय : महर्षि चरक के पर्यावरणीय नैतिकता का अध्ययन ।

पंचम अध्याय : महर्षि चरक के आयुर्वेद एवं पर्यावरण संबंधी नैतिक अवधारणाओं का तुलनात्मक अध्ययन एवं इसकी समसामयिक प्रासंगिकता ।

निष्कर्ष

<u>संदर्भ ग्रंथ सूची</u>

1. देवराज, डॉ टी एल, आयुर्वेद और स्वस्थ जीवन , प्रभात प्रकाशन प्राइवेट लिमिटेड , 2020
2. मिश्र , डॉ स्वामीनाथ, आयुर्वेद में पर्यावरण , चौखम्भा ओरियंटालिया दिल्ली (भारत) , 2010
3. देवराज, डॉ टी एल, आयुर्वेद उपचार के सिद्धांतों का परिचय , चौखम्भा ओरियंटालिया दिल्ली (भारत) , 2010
4. गुरुमाँ , आनंदमूर्ति , आयुर्वेद के मूलभूत सिद्धांत , गुरुमाँ वाणी, 2015

5 शर्मा , डॉ पवित्र कुमार , आयुर्वेद चिकित्सा , सनफ्लॉवर बुक्स , 2017

6. बालकृष्णा , आचार्य , आयुर्वेद जड़ी - बूटी रहस्य , दिव्य प्रकाशन , 2016
7. ब्रह्मवर्चस, आयुर्वेद का प्राण : वनौपधि विज्ञान , युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट ,मथुरा , 2014
8. व्यास, यशवंत , आयुर्वेद सूत्र : कर्म , आयुर्वेद और पर्यावरण , अंतरा इंफोरमीडिया प्रा. लि. ,2019
9. Kulkarni,Dr.P.H, Ayurved Philosophy, Sri Satguru Publication,2000
10. Runde , Dr.Subhash , History & Philosophy of Ayurved , Choukhambha Oriyantaliya Delhi , 2022
11. Bhattacharya , Dr.Bhaswati , Everyday Ayurveda (daily habits that can change your life) , Penguin eBury Press , 2015

12. Premila , M.S. , Ayurvedic Herb (A clinical guide to the healing plants) ,Routiedger Member of the Taylor and Francis Group , 2006